

## 216. 地方自治体における健康づくりシステム開発のための健康・スポーツ行動調査:大洋村健康づくりプロジェクト<sup>12</sup>

著者	西嶋 尚彦, 相馬 りか, 坂戸 洋子, 石津 政雄, 松田 光生, 久野 譜也, 岡田 守彦
雑誌名	体力科学
巻	47
号	6
ページ	810
発行年	1998-12-01
権利	日本体力医学会
URL	<a href="http://hdl.handle.net/2241/00131486">http://hdl.handle.net/2241/00131486</a>

216. 地方自治体における健康づくりシステム開発  
のための健康・スポーツ行動調査：  
大洋村健康づくりプロジェクト12

○西嶋尚彦<sup>1</sup>，相馬りか<sup>2</sup>，坂戸洋子<sup>3</sup>，  
石津政雄<sup>4</sup>，松田光生<sup>1</sup>，久野譜也<sup>2</sup>，  
岡田守彦<sup>2</sup>

<sup>1</sup>筑波大学体育科学系，<sup>2</sup>筑波大学先端学際領域  
研究センター，<sup>3</sup>大洋村役場，<sup>4</sup>大洋村村長

【目的】国民の健康・体力および運動・スポーツに関する意識は，総理府の体力・スポーツに関する世論調査によって統計的に認識されている。これによると，健康や体力に対する意識，保健行動，日常生活における運動・スポーツ活動の認識などは，50歳階級以降，加齢にともなって大きく変化している。高齢社会対策として人口規模の小さい町村における健康づくりシステムの開発は重要課題である。本研究では，対象村の「健康文化の創造による村づくり」を基本理念とした振興計画策定を支援して，住民の健康・スポーツ行動調査を実施した。

【方法】標本は，層化抽出法による対象村内に居住する満20歳以上の男女成人1,067名（有効回収数）で，対象母集団の11.4%であった。調査地点は村内の集落センター，公民館，保健センターの計11箇所であった。調査内容は運動・スポーツ生活，健康生活，食生活，生活環境，福祉・介護サービス，メンタルストレスであり，調査は面接法を用いて平成9年8月に実施された。

【結果】総理府の体力・スポーツに関する世論調査結果を全国値すると，「健康である」者は84%と同等な割合であり，「体力がある」者は79%と僅かながら上回る傾向であった。全体の40%の者は年間に何らかの運動・スポーツを実施していた。健康のための運動・スポーツをして実施している者は約20%，数ヶ月間でやめてしまった者は約20%，今までに実施した経験がない者は55%程度であった。20歳代の若年成人では主観的運動強度が「ややきつい」水準での運動・スポーツを実施している割合が高く，65歳以上の高齢者では「楽である」水準での運動・スポーツを実施している割合が高かった。高齢者層では1回の運動・スポーツ実施時間は30分前後の者の割合が多く，20歳代の若年成人層では2時間前後の者の割合が多かった。今後の運動・スポーツ活動を希望する者は全体の55%であり，特に20・30歳代の成人若年層では80%と極めて高かった。その活動目的は「運動不足の解消」が最も高く，次いで「体力づくり」「気晴らし」「おつき合い」「生活の充実」がベスト5であった。「個人で自由に」活動する者ののが最も多く，全体の55%程度であった。次いで「教室」「クラブ」の順であったが，「クラブ」での活動を希望する割合が高い傾向であった。「その他」を除くと「公共スポーツ施設」での活動が最も多いが，総合運動施設である「とっぴさんて大洋」での活動を希望する割合が高い傾向であった。村に「愛着を感じる」者は全体の90%近く，「将来も居住を希望」している者は95%以上であった。

健康・スポーツ行動調査，健康づくりシステム開発